

類別	5月2日			5月3日			5月4日			5月5日			5月6日							
	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量					
主食	紫米飯	紫糯米*		糙米飯						麥片	麥片<福壽>*		糙米飯							
主菜	玉米炒蛋	紅蘿蔔小丁(QRC)	0.2KG	青木瓜燒肉	紅蘿蔔大丁(QRC)		什錦豬肉蓋飯	紅蘿蔔絲(QRC)		香酥雙味	杏鮑菇頭	0.6KG	韓式燒豆包	紅蘿蔔絲(QRC)						
		洗選蛋	1KG			木耳絲(QRC)			地瓜		0.6KG	生豆包		16片						
		玉米粒	0.3KG												白芝麻					
						青木瓜(去皮)+(QRC)<正暘>			高麗菜(QRC)+							黃豆芽(非基改)				
						麵輪		0.6KG	毛豆仁(CAS)(1K)<嘉鹿>							韓式辣椒醬(500g)				
									金針菇(QRC)											
									油豆片		0.6KG									
副菜	鮮菇高麗菜	高麗菜(QRC)+		鐵板豆腐	紅蘿蔔片(QRC)		青菜(產銷履歷)	絞蒜頭		回鍋干片			五寶鮮蔬	青花菜(CAS)<嘉鹿>						
		鮑魚菇	0.6KG			青油菜(產銷履歷)					高麗菜(QRC)+			紅蘿蔔絲(QRC)						
		木耳絲(QRC)				豆腐(非基改)(大板)<津悅>					辣豆瓣醬<十全>(640g)			木耳絲(QRC)						
											豆干片(非基改)<津悅>			金針菇(QRC)						
														杏鮑菇頭(QRC)						
青菜	(產銷履歷)	薑絲		福山	薑絲	0.2KG			機小白	薑絲		機青松	青松菜(有機)							
		蚵白菜(產銷履歷)			福山萵苣(有機)			小白菜(有機)												
湯品	雙珠粉圓	二砂糖		桂筍福菜湯	素羊肉	0.3KG	蕃茄豆腐湯	豆腐(非基改)(大板)<津悅>		黃瓜鮮菇湯	生香菇(QRC)		味噌湯	豆腐(非基改)(大板)<津悅>						
		黑粉圓<尚旺>				桂竹筍(QRC)					牛蕃茄(QRC)<正暘>				味噌<十全>(3K)					
		長粉圓<尚旺>																		
		冬瓜糖																		
		冬瓜糖																		
水果	優酪乳	優酪乳<養樂多>(125ml)					水果	水果	406+1份											
		鮮奶<養樂多>(125ml)																		
菜單營養分析	類別	份量	類別	份量	類別	份量	類別	份量	類別	份量	類別	份量	類別	份量						
	全穀根莖類	5.2	全穀根莖類	4.6	全穀根莖類	4.6	全穀根莖類	4.8	全穀根莖類	4.5										
	豆魚蛋肉類	2	豆魚蛋肉類	2.6	豆魚蛋肉類	2.4	豆魚蛋肉類	2.1	豆魚蛋肉類	2										
	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3.2	油脂類	3	油脂類	3.1										
	蔬菜類	1.3	蔬菜類	1.8	蔬菜類	0.4	蔬菜類	1.5	蔬菜類	1.8										
	乳品類	1	水果類		水果類	1	水果類		水果類											
熱量(大卡)	763	熱量(大卡)	697	熱量(大卡)	716	熱量(大卡)	666	熱量(大卡)	650											

設計:食譜審查委員

執行秘書:

校長: